

opusdei.org

# **Tema a 22-a: Sacramentul Pocăinței (I)**

Cristos a instituit sacramentul Pocăinței, oferindu-ne o nouă posibilitate de a ne converti și, după Botez, de a recăpăta harul îndreptățirii.

18.09.2025

Cristos a instituit sacramentul Pocăinței, oferindu-ne o nouă posibilitate de a ne converti și, după Botez, de a recăpăta harul îndreptățirii.

Atunci când căința izvorăște din iubirea față de Dumnezeu, iubit mai presus de toate, ea se numește „căință desăvârșită” (*contritio*).

## **1. Lupta împotriva păcatului după Botez**

### **1.1. Necesitatea convertirii**

Deși Botezul șterge orice păcat, ne face fii ai lui Dumnezeu și îl dispune pe om să primească darul slavei cerești, cu toate acestea, rămânem în această viață expuși ispitei și căderilor; nimeni nu este scutit de lupta împotriva păcatului, iar căderile sunt dese. Isus ne-a învățat să ne rugăm în Tatăl nostru: „Iartă-ne greșelile noastre, precum și noi iertăm greșiților noștri” – nu doar uneori, ci în fiecare zi, de multe ori. Apostolul Sfântul Ioan spune și el: „Dacă spunem că nu avem păcat, ne înșelăm pe noi înșine, iar adevărul nu este în noi” (1 In 1,8). Iar Sfântul

Paul îi îndemna pe primii creștini din Corint: „Vă rugăm pentru Cristos: împăcați-vă cu Dumnezeu” (2 Cor 5,20).

Așadar, chemarea lui Isus la convertire: „S-a împlinit timpul și împărăția lui Dumnezeu este aproape! Convertiți-vă și credeți în evanghelie” (Mc 1,15), nu se adresează doar celor care încă nu-L cunosc, ci și tuturor creștinilor, care trebuie mereu să se convertească și să-și înnoiască credința. „Cea de-a doua convertire este o îndatorire neîntreruptă pentru întreaga Biserică” (*Catehism*, nr. 1428).

## **1.2. Pocăința interioară**

Convertirea începe în adâncul inimii; dacă se reduce la simple aparențe exterioare, nu este adevărată. Omul nu se poate împotrivi păcatului – ca ofensă adusă lui Dumnezeu – decât printr-un act cu adevărat bun, un act de virtute, prin care regretă

împotrivirea față de voința lui Dumnezeu și caută activ să îndrepte dezordinea produsă, cu toate consecințele ei. Aceasta este virtutea pocăinței.

„Pocăința interioară este o reorientare radicală a întregii vieți, o întoarcere, o convertire la Dumnezeu din toată inima, o ruptură cu păcatul, o aversiune față de rău, împreună cu repulsia față de faptele rele săvârșite. În același timp, ea comportă dorința și hotărârea de a ne schimba viața, cu speranța îndurării divine și cu încrederea în ajutorul harului ei” (*Catehism*, nr. 1431).

Pocăința nu este doar un efort omenesc, rodul unei voințe puternice sau al autocontrolului. „Convertirea este, înainte de toate, o lucrare a harului lui Dumnezeu, care face ca inimile noastre să se întoarcă la El: «Întoarce-ne la tine, Doamne, și ne vom întoarce» (Lam 5, 21).

Dumnezeu ne dă puterea să o luăm de la capăt” (*Catehism*, nr. 1432).

### **1.3. Diferite forme de pocăință în viața creștină**

Convertirea se naște în inimă, dar nu rămâne închisă în interiorul omului, ci se manifestă aducând roade prin fapte exterioare, implicând întreaga persoană – trup și suflet. În primul rând, prin participarea la Euharistie și prin sacramentul Pocăinței, pe care Cristos l-a instituit pentru a ne face biruitori în lupta împotriva păcatului.

Pe lângă acestea, creștinul are la dispoziție multe alte forme de a-și exprima convertirea. „Sfânta Scriptură și Părinții insistă, mai ales, asupra a trei forme: postul, rugăciunea și pomana (compară cu Tob 12,8; Mt 6,1-18), care exprimă convertirea în raport cu sine, cu Dumnezeu și cu ceilalți” (*Catehismul*, nr. 1434).

Astfel, postul înseamnă nu doar abținerea de la anumite alimente, ci orice renunțare prin care disciplinăm trupul pentru a ne putea dedica mai mult lui Dumnezeu și binelui aproapelui. Rugăciunea este orientarea facultăților noastre spirituale – inteligența, voința, memoria – spre un dialog intim și filial cu Tatăl ceresc. În ceea ce privește aproapele, pomana nu se reduce la a dăruia bani sau alte bunuri materiale celor săraci, ci include și alte forme de generozitate: a oferi din timpul nostru, a îngriji bolnavii, a ierta pe cei care ne-au rănit, a aduce mângâiere celor care suferă, a îndruma pe cel ce greșește și multe alte manifestări de dăruire de sine altora.

Biserica ne stimulează să punem în practică faptele de pocăință mai ales în acele momente, care ne ajută să fim mai solidari cu ceilalți frați în credință. „Timpurile și zilele de

pocăință, de-a lungul anului liturgic (timpul Postului Mare, fiecare vineri, în amintirea morții Domnului), sunt momente puternice ale practicii pocăinței în Biserică” (*Catehism*, nr. 1438).

## **2. Sacramentul Pocăinței și al Reconcilierii**

### **2.1. Cristos a instituit acest sacrament**

„Cristos a instituit sacramentul Pocăinței pentru toți membrii păcătoși ai Bisericii Sale, mai ales pentru cei care, după Botez, au căzut în păcat grav și astfel au pierdut harul baptismal și au rănit comuniunea eclezială. Acestora sacramentul Pocăinței le oferă o nouă posibilitate de convertire și de a recăpăta harul îndreptățirii” (*Catehism*, nr. 1446).

În timpul vieții Sale publice, Isus nu doar a chemat oamenii la pocăință, ci i-a și iertat și i-a împăcat cu Tatăl <sup>[1]</sup>.

„Dăruindu-L pe Duhul Sfânt apostolilor săi, Cristos Cel înviat le-a conferit propria sa putere divină de a ierta păcatele: «Primiți-L pe Duhul Sfânt. Cui îi veți ierta păcatele, vor fi iertate, iar cui i le veți ține, vor fi ținute» (In 20, 22-23)” (*Catehism*, nr. 976).

Această putere este transmisă episcopilor – succesorii Apostolilor – și preoților, colaboratorii lor, prin sacramentul Preoției. „Cristos a vrut ca Biserica sa, în rugăciunea, viața și acțiunea ei, să fie în întregime semnul și instrumentul iertării și al reconcilierii pe care El ni le-a dobândit cu prețul sângelui său. El a încredințat totuși slujirii apostolice exercitarea puterii de ierta păcatele. Ei i-a fost încredințată «slujirea împăcării»” (*Catehism*, nr. 1442).

## 2.2. Denumirile acestui sacrament

El primește nume diferite, în funcție de aspectul pe care îl evidențiază.

„*Sacramentul Pocăinței*, deoarece consacră o încercare personală și eclezială de convertire, de căință și de îndestulare din partea creștinului păcătos” (*Catehism*, nr. 1423);

„*sacramentul Reconcilierii*, pentru că dăruiește păcătosului iubirea lui Dumnezeu ce reconciliază” (*Catehism*, nr. 1424);

„*sacramentul Spovezii*, (...) pentru că mărturisirea, spovedirea păcatelor în fața preotului, este un element esențial al acestui

sacrament” (*ibidem*); „*sacramentul Iertării*, pentru că, prin dezlegarea sacramentală a preotului, Dumnezeu acordă penitentului «iertarea și pacea»” (*ibidem*); „*sacramentul Convertirii*, pentru că realizează sacramental chemarea lui Isus la convertire” (*Catehism*, nr. 1423).

## 2.3. Sacramentul reconcilierii cu Dumnezeu și Biserică

„Cei ce se apropie de sacramentul Pocăinței dobândesc de la mila lui Dumnezeu iertare pentru ofensa adusă și în același timp sunt reconciliați cu Biserica, pe care au rănit-o prin păcat și care, prin dragostea, exemplul și rugăciunea ei, colaborează la convertirea lor” (*Lumen gentium*, 11).

„Deoarece păcatul este o ofensă adusă lui Dumnezeu, care rupe prietenia noastră cu El, Pocăința «are ca scop iubirea și abandonarea în Domnul». Păcătosul, mișcat de harul Dumnezeului milostiv, pornește pe calea întoarcerii, revenind la Tatăl care «ne-a iubit cel dintâi», la Cristos, care S-a dăruit pentru noi, și la Duhul Sfânt, care a fost revărsat cu generozitate în noi”<sup>[2]</sup> —

„«Prin planurile ascunse și tainice ale lui Dumnezeu, oamenii sunt uniți

între ei prin legături supranaturale, astfel încât păcatul unuia îi rănește și pe ceilalți, după cum sfințenia unuia îi folosește și celorlalți». De aceea, Pocăința implică întotdeauna și reconcilierea cu frații, pe care păcatul personal i-a afectat”<sup>[3]</sup>.

## **2.4. Structura fundamentală a Pocăinței**

„Elementele esențiale ale sacramentului Reconcilierii sunt două: actele îndeplinite de om, care se convertește sub acțiunea Duhului Sfânt, și dezlegarea dată de preot, care în numele lui Cristos acordă iertarea și stabilește modalitățile de reparare” (*Compendiu*, nr. 302).

## **3. Actele penitentului**

Sunt „faptele omului care se convertește sub acțiunea Duhului Sfânt: căința, mărturisirea și îndestularea” (*Catehism*, nr. 1448).

### 3.1. Căința

„Între actele penitentului, căința ocupă primul loc. Ea este «o durere a sufletului și o detestare a păcatului săvârșit, unită cu hotărârea de a nu mai păcătuï pe viitor»” (*Catehism*, nr. 1451)<sup>[4]</sup>.

„Când izvorăște din dragostea față de Dumnezeu iubit mai presus de toate, căința este numită «desăvârșită» (căință din iubire). O astfel de căință dobândește iertarea păcatelor lesne-iertătoare; dacă ea cuprinde și hotărârea fermă de a recurge, îndată ce este posibil, la spovada sacramentală, dobândește și iertarea păcatelor de moarte” (*Catehism*, nr. 1452).

„Căința numită «nedesăvârșită» (*attritio*) este tot un dar al lui Dumnezeu, un impuls al Duhului Sfânt. Se naște din considerarea urâteniei păcatului sau din teama de osânda veșnică și de

celelalte pedepse care îl amenință pe cel păcătos (căința din frică). O astfel de zguduire a conștiinței poate să determine o evoluție interioară ce se va desăvârși, sub acțiunea harului, prin dezlegarea sacramentală. Cu toate acestea, căința nedesăvârșită nu obține prin ea însăși iertarea păcatelor grave, dar dispune la primirea ei în sacramentul Pocăinței” (*Catehism*, nr. 1453).

„Este bine să se pregătească primirea acestui sacrament printr-un examen de conștiință făcut în lumina Cuvântului lui Dumnezeu. Textele cele mai potrivite în acest sens se găsesc în Decalog și în cateheza morală a Evangheliilor și a scrierilor apostolice: Predica de pe munte și învățăturile apostolilor” (*Catehism*, nr. 1454).

### **3.2. Mărturisirea păcatelor**

„Mărturisirea păcatelor în fața preotului constituie o parte esențială

a sacramentului Pocăinței: «Toți credincioșii sunt obligați să mărturisească, după cum știu mai bine, toate păcatele de moarte de care sunt conștienți după o examinare serioasă, chiar dacă aceste păcate sunt foarte ascunse și săvârșite numai împotriva celor două ultime porunci ale Decalogului (cf. Ex 20,17; Mt 5,28), căci uneori aceste păcate rănesc mai grav sufletul și sunt mai periculoase decât cele care au fost săvârșite în văzul tuturor»” (*Catehism*, nr. 1456)<sup>[5]</sup>.

„Spovada individuală și integrală și dezlegarea rămân singurul mod obișnuit prin care credincioșii se reconciliază cu Dumnezeu și cu Biserica, afară numai dacă o imposibilitate fizică sau morală îi dispensează de această mărturisire”<sup>[6]</sup>.

Mărturisirea păcatelor se naște din adevărata cunoaștere de sine în fața

lui Dumnezeu, ca rod al examenului de conștiință și al căinței pentru propriile păcate. Ea este mult mai mult decât o descărcare psihologică: „Spovada sacramentală nu este un simplu dialog omenesc, ci un colocviu divin”<sup>[7]</sup>.

Atunci când își mărturisește păcatele, creștinul se supune judecății lui Isus Cristos, care acționează prin preoți, care dispun celui pocăit acte de pocăință și îi acordă dezlegarea de păcate. Penitentul luptă împotriva păcatului cu armele umilinței și ale ascultării.

### **3.3. Îndestularea**

„Dezlegarea ridică păcatul, însă nu repară toate dezordinile pe care păcatul le-a provocat. Ridicat din păcat, păcătosul trebuie să-și redobândească deplina sănătate spirituală. Așadar, pentru a-și îndrepta greșelile, el are ceva mai mult de făcut: trebuie să

«îndestuleze» cum se cuvine, «să ispășească» păcatele proprii. Această îndestulare se mai numește și «pocăință» (*Catehism*, nr. 1459).

Confesorul, înainte de a da dezlegarea, impune pocăința, pe care penitentul trebuie să o accepte și să o împlinească ulterior. Această pocăință sau penitență îi servește ca satisfacție pentru păcate și valoarea ei provine mai ales din sacrament: penitentul a ascultat de Cristos împlinind ceea ce El a stabilit despre acest sacrament, iar Cristos oferă Tatălui această îndestulare a unui membru al său.

---

Textul original în limba spaniolă a fost publicat pentru prima dată la 21 noiembrie 2012

## Bibliografie de bază

- *Catehismul Bisericii Catolice*, nn. 1422–1484.

## Lecturi recomandate

- *Ordo Paenitentiae, Praenotanda*, nn. 1–30.
- Sf. Ioan Paul al II-lea, Exortăția apostolică *Reconciliatio et Paenitentia*, 2-XII-1984, 28–34.
- Sf. Paul al VI-lea, Const. ap. *Indulgentiarum doctrina*, 1-I-1967.

---

## Note

<sup>[1]</sup> „Văzând credința lor, a zis: «Omule, păcatele îți sunt iertate!» (Lc 5,20); „Nu cei sănătoși au nevoie de medic, ci bolnavii; nu am venit să-i chem la convertire pe cei drepecți, ci pe

cei păcătoși” (Lc 5,31-32); Apoi a spus către ea: «Păcatele ți-au fost iertate» (Lc 7,48).

[2] *Ordo Paenitentiae, Praenotanda*, nr. 5 (ultima propoziție este preluată din constituția *Paenitemini*, 17-II-1966, a papei Sf. Paul al VI-lea).

[3] *Ibidem*. Citatul din text provine din Sf. Paul al VI-lea, *Indulgentiarum doctrina*, 1-I-1967, 4.

[4] Citatul preluat de *Catehism* provine din Conciliul Tridentin (DS 1676).

[5] Citatul preluat de *Catehism* provine din Conciliul Tridentin (DS 1680).

[6] *Ordo Paenitentiae, Praenotanda*, nr. 31.

[7] Sf. Josemaría, *E Cristos care trece*, nr. 78.

Antonio Miralles / Traducerea:  
Iosif Filck

.....

pdf | document generat automat din  
[https://opusdei.org/ro-ro/article/tema-  
a-22-a-sacramentul-pocaintei-1/](https://opusdei.org/ro-ro/article/tema-a-22-a-sacramentul-pocaintei-1/)  
(09.04.2026)